

Opinnäytetyö (AMK)

Hoitotyön koulutusohjelma

Sairaanhoitaja

2013

Kirsi Halonen & Satu Pulkkinen

# TERVEYDENHUOLLON AMMATTILAISTEN KOKEMUKSIA TUNNE PULSSISI-KOULUTUKSESTA



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU  
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Kirsi Halonen & Satu Pulkkinen

# TERVEYDENHUOLLON AMMATTILAISTEN KOKEMUKSIA TUNNE PULSSISI- KOULUTUKSESTA

Tutkimuksen tarkoituksena oli kartoittaa terveydenhuollon ammattilaisten kokemuksia Tunne Pulssisi -koulutuksesta. Tutkimus oli osa InnoHealth –projektia. Tutkimusongelmina oli selvittää Tunne Pulssisi -koulutukseen osallistuneiden kokemuksia koulutuksen sisällöstä, käytetyistä opetusmenetelmistä sekä koulutuksen tuomasta hyödystä. Tutkimusongelmien tavoitteena oli myös saada selville ovatko koulutukseen osallistuneiden potilasohjausvalmiudet vahvistuneet ja kuinka he käyttävät saamaansa tietoa käytännön hoitotyössä.

Varsinais-Suomen Sydänpiiri ry järjesti keväällä 2013 Tunne Pulssisi -koulutuksia, joiden tavoitteena oli tehdä pulssin tunnustelusta arvokas kansalaistaito sekä tiedottaa eteisvärinän varhaisen tunnistamisen ja hoidon merkityksestä aivo- ja sydänterveydelle.

Tässä laadullisessa tutkimuksessa tiedonkeruumenetelmänä käytettiin puhelimitse tehtyä telemahaastattelua. Aineisto kerättiin syksyllä 2013 haastattelemalla kymmentä 47-79 -vuotiasta Tunne Pulssisi -koulutukseen osallistunutta terveydenhuollon ammattilaista. Aineisto analysoitiin käyttäen sisällön erittelyä.

Tutkimustulokset osoittivat, että terveydenhuollon ammattilaiset kokivat Tunne Pulssisi -koulutuksen sisällön monipuolisena kokonaisuutena, joka syvensi heidän ammatillista osaamistaan. Koulutus vahvisti terveydenhuollon ammattilaisten valmiuksia niin potilasohjauksessa kuin tiedon levittämisessä maallikkotasolle. Koulutuksessa käytettyjen opetusmenetelmien koettiin täydentävän toisiaan, mutta tehokkaimmaksi opetusmenetelmäksi osoittautui toiminnallinen osio eli sydämen rytmien tunnustelu pulssikädestä.

Johtopäätöksenä voidaan todeta, että Tunne Pulssisi -koulutukseen osallistuneet terveydenhuollon ammattilaiset kokivat eteisvärinän varhaisen tunnistamisen, eteisvärinän hoidon aloituksen ja aivoinfarktin ennaltaehkäisyä tärkeänä.

## ASIASANAT:

täydennyskoulutus, terveydenhuollon ammattilaiset, kokemukset, eteisvärinä, aivoinfarkti, preventio

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Bachelor of health care | Nursing

2013 | 31 pages + 1 app.

Instructor PhD, MNSc Maika Kummel

Kirsi Halonen & Satu Pulkkinen

## HEALTH CARE PROFESSIONALS' EXPERIENCES OF KNOW YOUR PULSE -TRAINING

The purpose of the study was to map out the experiences of health care professionals regarding the Know your pulse –training. The study was a part of the InnoHealth –project. The research problems were to examine the experiences of the participants of the Know your pulse –training regarding the content of the training, the teaching methods used and the benefits of the training. Another aim of the research problems was to find out whether the patient counselling skills of the participants have strengthened and how they use their new information in their work.

In the spring of 2013, Regional Heart District of Southwest Finland organized Know your pulse –trainings, whose objectives were to make the taking of one's pulse a valuable skill every citizen knows and to inform the participants about the significance of early detection and care of atrial fibrillation for brain and heart health.

This qualitative study was performed using focused interviews conducted over telephone. The data was collected in the autumn of 2013 by interviewing ten 47-79 –old participants in the Know your pulse –training. The data was analyzed using content analysis.

The data showed that health care professionals experienced the Know your pulse –training as a balanced unit which deepened their professional skills. The training reinforced the skills of health care professionals in patient counselling as well as in spreading the information to lay-persons. The teaching methods used in the training were viewed as complementing each other, but the most efficient teaching method turned out to be the functional part, i.e. taking the heart rhythm from the pulse hand.

In conclusion, the participants of the Know your pulse –training felt that the early detection of atrial fibrillation, the starting of atrial fibrillation treatment and the prevention of cerebral infarction are important.

### KEYWORDS:

continuing training, health care professionals, experiences, atrial fibrillation, cerebral infarction, prevention

# SISÄLTÖ

<b>1 JOHDANTO</b>	<b>6</b>
<b>2 SYDÄNJÄRJESTÖT</b>	<b>7</b>
2.1 Suomen Sydänliitto ry	7
2.2 Varsinais-Suomen Sydänpiiri ry	7
<b>3 TUNNE PULSSISI -HANKE</b>	<b>8</b>
<b>4 PREVENTIO</b>	<b>9</b>
<b>5 ETEISVÄRINÄ</b>	<b>10</b>
<b>6 TERVEYDENHUOLLON AMMATTILAISTEN KOKEMUKSIA TÄYDENNYSKOULUTUKSISTA</b>	<b>13</b>
<b>7 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSONGELMAT</b>	<b>15</b>
<b>8 TUTKIMUKSEN EMPIIRINEN TOTEUTUS</b>	<b>16</b>
8.1 Aineisto	16
8.2 Menetelmä	17
8.3 Aineiston analyysi	17
<b>9 TUTKIMUSTULOKSET</b>	<b>19</b>
9.1 Haastateltavien taustatiedot	19
9.2 Terveystenhuollon ammattilaisten kokemuksia Tunne Pulssisi -koulutuksen sisällöstä	19
9.3 Terveystenhuollon ammattilaisten kokemuksia Tunne Pulssisi -koulutuksessa käytetyistä opetusmenetelmistä	20
9.4 Tunne Pulssisi -koulutuksien vaikutus terveydenhuollon ammattilaisten potilasohjausvalmiuksiin	20
9.5 Terveystenhuollon ammattilaisten kokema hyöty Tunne Pulssisi -koulutuksesta	21
9.6 Tunne Pulssisi -koulutuksen tuoman tiedon hyödyntäminen käytännön hoitotyössä	23
<b>10 POHDINTA</b>	<b>24</b>
10.1 Luotettavuus	24

10.2 Eettisyys	24
10.3 Tulosten tarkastelu	25
<b>11 JOHTOPÄÄTÖKSET</b>	<b>29</b>
<b>LÄHTEET</b>	<b>30</b>

## **LIITTEET**

Liite 1. Teemahaastattelurunko ja tarkentavat lisäkysymykset

# 1 JOHDANTO

Tutkimuksen tarkoituksena on kartoittaa terveydenhuollon ammattilaisten kokemuksia Tunne Pulssisi -koulutuksesta. Tutkimuksen tavoitteena on selvittää Tunne Pulssisi -koulutukseen osallistuneiden kokemuksia koulutuksen sisällöstä, käytetyistä opetusmenetelmistä sekä koulutuksen tuomasta hyödystä. Tavoitteena on myös saada selville ovatko koulutukseen osallistuneiden potilasohjausvalmiudet vahvistuneet ja kuinka he käyttävät saamaansa tietoa käytännön hoitotyössä. Tutkimus on osa InnoHealth -projektia ja tutkimus on toteutettu yhteistyössä Varsinais-Suomen Sydänpiiri ry:n kanssa. InnoHealth -projektin tehtävänä on valmentaa terveys- ja hyvinvointiteknologia-alojen ja eri koulutusasteiden toimijoita aktiiviseen yhteistyöhön koulutuksen ja työelämäkäytäntöjen kehittämiseksi (InnoHealth 2013).

Tunne Pulssisi -hanke on tiedotus-, koulutus- ja toimintakampanja ja se kuuluu Aivoliitto ry:n, Suomen Diabetesliitto ry:n ja Suomen Sydänliitto ry:n yhteiseen Yksi elämä – hankkeeseen. Varsinais-Suomen Sydänpiiri ry järjesti keväällä 2013 Tunne Pulssisi -koulutuksia, joiden tavoitteena oli tehdä pulssin tunnustelusta arvokas kansalaistaito sekä tiedottaa eteisvärinän varhaisen tunnistamisen ja hoidon merkityksestä aivo- ja sydänterveydelle. (Suomen Sydänliitto 2013.)

Eteisvärinä on yleisin pitkäkestoinen sydämen rytmihäiriö. Yli 65-vuotiaista jopa 10 %:lla on eteisvärinä ja vaara sairastua eteisvärinään kasvaa yli kaksinkertaiseksi jokaista kymmentä ikävuotta kohden. Eteisvärinä voi olla oireeton tai vähäoireinen sattumalöytö. On ensisijaisen tärkeää tunnistaa eteisvärinä ajoissa, koska hoitamattomana se on yleisin aivoinfarktin aiheuttaja. (Mäkijärvi ym. 2011, 415-419.)

Tutkimuksen aihe on ajankohtainen, koska niin ikääntyvien kuin eteisvärinään sairastuvien määrä lisääntyy jatkuvasti (Mäkijärvi ym. 2011, 415-419).

## 2 SYDÄNJÄRJESTÖT

### 2.1 Suomen Sydänliitto ry

Suomen Sydänliitto ry on yhtenäinen ja ainoa sydänjärjestö Suomessa. Vuonna 1955 perustettu Suomen Sydänliitto ry edistää sydänterveyttä sekä lisää ihmisten voimavaroja ja hyvinvointia. Liitto toimii aktiivisesti yhteiskunnassamme ja yksi sen rahoittajista on RAY eli Raha-automaatti yhdistys ry. (Suomen Sydänliitto ry 2013.)

Suomen Sydänliitto ry:n toimintaa ohjaavat arvot ovat asiantuntemus, luotettavuus, rohkeus, ihmisen kunnioittaminen sekä tavoitteellisuus (Suomen Sydänliitto ry 2013).

### 2.2 Varsinais-Suomen Sydänpiiri ry

Varsinais-Suomen Sydänpiiri ry on potilasjärjestö, joka toimii sydänyhdistysten tukiorganisaationa sekä Suomen Sydänliitto ry:n valtakunnallisten toimintojen toteuttajana. (Varsinais-Suomen Sydänpiiri ry 2013.)

Varsinais-Suomen Sydänpiiri ry:n toiminnan tarkoituksena on edistää varsinais-suomalaisten sydän- ja verisuoniterveyttä. Se tarjoaa sydänterveyttä edistävää ohjausta, neuvontaa ja teemakursseja sekä sairastuneille että heidän läheisilleen. (Varsinais-Suomen Sydänpiiri ry 2013.)

### 3 TUNNE PULSSISI -HANKE

Tunne Pulssisi -hanke on tiedotus-, koulutus- ja toimintakampanja ja se kuuluu Aivoliitto ry:n, Suomen Diabetesliitto ry:n ja Suomen Sydänliitto ry:n yhteiseen Yksi elämä –hankkeeseen. Toimintakampanjan tavoitteena on saada erityisesti yli 60-vuotiaat tunnustelemaan pulssiaan säännöllisesti. Pulssin tunnustelusta pyritään tekemään kansalaistaito opastamalla ihmisiä tunnustelemaan pulssiin, tunnistamaan pulssin mahdollinen epäsäännöllisyys ja poikkeavuus sekä hakeutumaan tarpeen vaatiessa tutkimuksiin. Kampanja tiedottaa eteisvärinän mahdollisimman varhaisen tunnistamisen ja hyvän hoidon merkityksestä aivo- ja sydänterveydelle. Pulssin tunnustelun pitäisi olla osa hoitajien hoitorutiineja, ja myös tämä on osa kampanjan tavoitetta. Tunne Pulssisi –hankkeen rahoittajana toimii Raha-automaattiyhdistys. (Suomen Sydänliitto ry 2013, Tunne Pulssisi 2013.)

Tunne Pulssisi -hankkeella on omat internetsivunsa, [www.tunnepulssisi.fi](http://www.tunnepulssisi.fi). Internetsivuilla löytyy muun muassa ohjeet pulssin omatoimiseen tunnusteluun ja sieltä voi myös ladata pulssin kirjaamiseen tarvittavan seurantataulukon. Sivustoilta löytyy paljon erilaista materiaalia pulssin tunnustelun tärkeydestä aivoinfarktin ehkäisyssä. (Tunne Pulssisi 2013.)

Osana Tunne Pulssisi -hanketta järjestetään Tunne Pulssisi -koulutuksia muun muassa ammattilaisille ja järjestöille, jotka työskentelevät yli 60-vuotiaiden asiakkaiden ja potilaiden kanssa (Tunne Pulssisi 2013). Ensimmäinen terveydenhuollon ammattilaisten koulutus järjestettiin Varsinais-Suomen Sydämpiiri ry:n alueella maaliskuussa 2013.



## 4 PREVENTIO

Preventiolla eli sairauksien ehkäisyllä tarkoitetaan terveyden ylläpitämistä vaikuttamalla tautien ilmaantumiseen sekä pyrkimällä vähentämään sairauksista aiheutuvia haittoja. Sairauksien ehkäisy pyrkii minimoimaan yksilön kärsimystä sekä vähentämään hoitotarvetta ja näin myös säästämään sairaanhoidon kustannuksissa. (Koskenvuo & Mattila 2009.)

Preventio jaetaan kolmeen osaan: primaari-, sekundaari- ja tertiaaripreventioon. Näistä ainoastaan primaaripreventio on ennalta ehkäisevää ja näin ollen Tunne Pulssisi -hanke on primaaripreventiota. (Tuominen ym. 2005, 25; Koskenvuo & Mattila 2009.)

Primaaripreventio kohdistuu terveisiin yksilöihin ja sen tarkoituksena on ennaltaehkäistä taudin esiasteen kehittymistä. Primaariprevention avulla voidaan vähentää yksilön tai yhteisön alttiutta sairastua tautiin. (Koskenvuo & Mattila 2009.) Tunne Pulssisi -hankkeessa primaariprevention keinona toimii terveysneuvonta, jonka tavoitteena on lisätä ihmisten tietoisuutta sydän- ja aivoterveystä.

## 5 ETEISVÄRINÄ

Eteisvärinä on yleisin pitkäkestoinen sydämen rytmihäiriö. Eteisvärinän aikana useita järjestymättömiä sähköaaltorintamia kiertää säännöttömästi eteiskudoksessa. Eteisset supistelevat epätahdissa jopa 600 kertaa minuutissa. Kun eteiset värisevät sähköimpulsseja tulee kammioden alueelle vaihtelevalla taajuudella ja siksi kammiot supistelevat epäsäännöllisesti. (Heikkilä ym. 2008, 536-537; Mäkijärvi ym. 2011, 415-419; Eteisvärinä Käypä hoito suositus 2013.)

Yli 65-vuotiaista jopa 10 %:lla on eteisvärinä ja vaara sairastua siihen kasvaa yli kaksinkertaiseksi jokaista kymmentä ikävuotta kohden. (Mäkijärvi ym. 2011, 415-419.) Vaikka eteisvärinä liittyy vahvasti ikääntymiseen, eteisvärinälle altistavia tekijöitä ikääntymisen lisäksi ovat myös sydän- ja aineenvaihduntasairaudet, ylipaino ja liiallinen alkoholinkäyttö. Miehillä riski sairastua eteisvärinään on lähes kaksinkertainen naisiin verrattuna. (Raatikainen 2013, 8.) Eteisvärinään sairastuvien määrä lisääntyy jatkuvasti (Mäkijärvi ym. 2011, 415).

FinFib -tutkimuksen mukaan eteisvärinä saattaa olla yleisin yksittäinen diagnoosi sairaaloiden päivystyspoliklinikoilla. Tutkimuksessa selvitettiin muun muassa kuinka eteisvärinän vuoksi päivystykseen tulevia potilaita hoidetaan. Tutkimukseen valittiin kaikki eteisvärinän tai eteislepatuksen vuoksi hoitoon hakeutuneet päivystyspotilaat sekä potilaat, joilla todettiin eteisvärinä tai eteislepatus päivystyspoliklinikkäkäynnillä. Potilaiden keski-ikä oli 69 vuotta ja heistä 64 %:lla oli verenpainetauti ja 29 %:lla oli sepelvaltimotauti. Tutkimuksen mukaan eteisvärinäpotilaat käyttävät päivystysaikana tehtäviä terveydenhuollon palveluita runsaasti. Heillä on lisäksi runsaasti aivoinfarktin riskitekijöitä, mutta siitä huolimatta antikoagulaatiohoitoa sekä rytmihäiriölääkkeitä käytetään liian vähän. (Lehto ym. 2011.)

Eteisvärinän aiheuttamat oireet voivat vaihdella suuresti. Tyypillisiä oireita ovat sykkeen epäsäännöllisyyden lisäksi väsymys, hengenahdistus, huimaus, päänsärky ja lisääntynyt virtsaamisen tarve. Osa potilaista ei kuitenkaan huomaa

eteisvärinää lainkaan ja se löydetään ainoastaan sattumalta esimerkiksi terveystarkastuksessa. (Berry & Padgett 2012; Raatikainen 2013, 9.)

Rytmihäiriönä eteisvärinä on harvoin henkeä uhkaava. Hoitamattomana eteisvärinä kuitenkin altistaa sydänperäisille embolisaatioille. Keskimäärin 20 % kaikista aivoinfarkteista johtuu eteisvärinästä. Hoitamaton eteisvärinä myös huonontaa elämänlaatua ja voi aiheuttaa sydämen vajaatoiminnan. Tärkeintä eteisvärinäpotilaan pitkäaikaishoidossa on aivoinfarktin ja muiden verisuonitukosten estäminen antikoagulanttilääkityksellä. (Mäkijärvi ym. 2011, 431.)

Englantilaisen tutkimusartikkelin mukaan sydänterveyden yhteyttä aivoterveysteen ei aina ymmärretä. Kaikkien terveydenhuollon ammattilaisten tulisi osata tunnistaa pulssin epäsäännöllisyydet ja eteisvärinä. Taito on tärkeä primaari- ja sekundaariprevention näkökulmasta varsinkin riskiryhmään kuuluvien potilaiden hoidossa. Manuaalinen pulssin tunnustelu on yksinkertainen tapa tunnistaa eteisvärinä. Terveydenhuollon ammattilaisilta pulssin tunnustelu vie vain hetken, mutta voi pelastaa potilaan elämän. (Bloe 2011.)

Vuonna 2012 tehty TNS (Taylor Nelson Sofres) Gallup tutkimus oli osa Tunne Pulssisi –kampanjaa ja siihen osallistui 590 suomalaista ja 300 terveydenhuollon ammattilaista. Kysely toi ilmi, että terveydenhuollon ammattilaiset luottavat liikaa automaattiseen verenpainemittariin. Kun syke mitataan verenpainemittarilla, pulssin epäsäännöllisyydet jäävät huomaamatta. Kyselyn tulosten mukaan ainoastaan murto-osa hoitajista ja 13 % lääkäreistä mittaa sykkeen käsin tunnustelemalla. Kyselyyn osallistuneista yli 60-vuotiaista suomalaisista 60% ei tiennyt, että eteisvärinän voi tunnistaa itse tunnustelemalla pulssiaan. (Tunne Pulssisi 2013.)

Vuonna 2013 julkaistuun Varsinais-Suomessa toteutettuun tutkimukseen osallistui 205 iältään yli 75-vuotiaista lietolaista. Tutkimukseen osallistuneet kutsuttiin hoitajan vastaanotolle, jossa he saivat hoitajalta opastusta päivittäiseen pulssin tunnusteluun. Kuukauden kuluttua järjestetyillä kontrollikäynneillä oli tarkoitus ottaa selvää kuinka tutkimukseen osallistuneet olivat onnistuneet pulssin tunnustelussa. Tutkimustulosten perusteella varsinkin aktiivista elämää viettävät

iäkkäät ihmiset ovat motivoituneita oppimaan pulssin tunnustelun ja oppivat tunnistamaan itse pulssin epäsäännöllisyydet. Tulokset tuovat esiin, että pulssin tunnustelu on helposti opetettavissa oleva taito ja sen rooli eteisvärinän varhaisessa tunnistamisessa on suuri. (Virtanen ym. 2013.)

Sydän- ja aivoterveiden ennaltaehkäisevän hoidon korostaminen on nähtävissä maailmanlaajuisesti. Vuonna 2012 Australiassa suunniteltiin seulontojen järjestämistä paikallisissa apteekeissa. Apteekeissa työskentelevät farmaseutit olivat saaneet koulutuksen sydän- ja aivoterveiden yhteydestä toisiinsa. Seulontojen kohderyhmänä olivat yli 65-vuotiaat ihmiset ja tarkoituksena oli diagnosoimattoman eteisvärinän tunnistaminen ja aivoinfarktin ennaltaehkäisy. Tavoitteena oli lisätä ihmisten tietoisuutta eteisvärinän varhaisen tunnistamisen merkityksestä ja tarjota heille mahdollisuus ilmaiseen seulontaan, johon kuului pulssin tunnustelu, sydänfilmin otto ja tarvittaessa hoitoon ohjaus. (Lowres ym. 2012.)

## 6 TERVEYDENHUOLLON AMMATTILAISTEN KOKEMUKSIA TÄYDENNYSKOULUTUKSISTA

Tutkimustuloksia liittyen terveydenhuollon ammattilaisten kokemuksiin sydänhoitotyön täydennyskoulutuksista ei löytynyt. Hakua laajennettiin koskemaan myös terveydenhoitoalan muita täydennyskoulutuksia ja niihin liittyviä terveydenhuollon ammattilaisten kokemuksia. Tutkimuksia haettiin Medic-, CINAHL- ja PubMed- tietokannoista muun muassa hakusanoilla ”atrial fibrillation”, ”stroke”, ”nurse” ”education”, ”updating education”, ”prevention”, ”pulse palpation” ”cardiovascular disease” ja ”heart disease”. Vuosiväliksi haussa valittiin 2005-2013.

Jyrkisen (2010) pro gradu- tutkielman tarkoituksena oli kuvata erikoissairaanhoidossa työskentelevien sairaanhoitajien käsityksiä perioperatiivisen hoitotyön lisäkoulutuksen sisällöstä ja toteutuksesta sekä kuvata niitä tekijöitä, jotka vaikuttivat heidän ammatilliseen kehittymiseensä. Tutkimustulosten perusteella lisäkoulutus lisäsi kaikkien haastattelututkimukseen osallistuneiden kahdeksan sairaanhoitajan ammatillista osaamista neljältä eri osa-alueelta. Osa-alueet ovat potilaan kokonaisvaltainen hoito, infektioiden torjunta, lääkehoidon osaaminen ja toimiva tiimityö. Haastateltavat kertoivat ajattelevansa kokonaisvaltaisemmin potilaan hoitoa ja etua. He kokivat löytäneensä työstään uudenlaista sisältöä ja samalla myös heidän ammatillinen kehitty misensä oli vahvistunut. Se näkyi työskentelyvarmuutena sekä rohkeutena perustella asioita. Kasvanut ammattitaito heijastuu myös tiimityön osaamiseen; kun jokainen tietää tehtävänsä toimii myös tiimityö.

Salmisen & Miettisen (2012) tutkimuksen mukaan ikääntyvät yli 54-vuotiaat hoitajat kokivat tarvitsevänsä enemmän täydennyskoulutusta kuin nuoremmat hoitajat selviytyäkseen työtehtävistään. Koulutuksien räätälöinti etenkin ikääntyville hoitajille on tärkeää, jotta ikääntyvien ja nuorten hoitajien (alle 35-vuotiaat) valmiudet olisivat tasapainossa työn vaatimusten kanssa.

Toivasen ym. (2012) tutkimuksessa tutkittiin psykiatristen sairaanhoitajien kokemuksia täydennyskoulutuksista. Tutkimuksessa kartoitettiin heidän kokemustaan potilassimulaatiosta somaattisten hätätilanteiden opetusmenetelmänä. Tutkimus osoitti simulaation olevan monipuolinen ja tehokas opetusmenetelmä. Käytännönläheinen opetusmenetelmä ja ammattitaitoinen opettaja tukivat heidän oppimistaan sekä tiedonsiirtämistä hoitotyön käytäntöön.

## **7 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSONGELMAT**

Tutkimuksen tarkoituksena oli kartoittaa terveydenhuollon ammattilaisten kokemuksia Tunne Pulssisi -koulutuksesta.

Tutkimusongelmat olivat:

1. Miten Tunne Pulssisi -koulutukseen osallistuneet ovat kokeneet koulutuksen sisällön?
2. Miten Tunne Pulssisi -koulutukseen osallistuneet ovat kokeneet koulutuksessa käytetyt opetusmenetelmät?
3. Kokevatko Tunne Pulssisi -koulutukseen osallistuneet, että heidän valmiutensa potilasohjaukseen ovat vahvistuneet, ja jos, niin miten?
4. Miten Tunne Pulssisi -koulutukseen osallistuneet ovat hyötäneet koulutuksesta?
5. Kuinka Tunne Pulssisi -koulutukseen osallistuneet käyttävät koulutuksesta saamaansa tietoa käytännön hoitotyössä?

## 8 TUTKIMUKSEN EMPIIRINEN TOTEUTUS

### 8.1 Aineisto

Tutkimuksessa käytettävä aineisto kerättiin haastattelemalla puhelimitse kymmentä Tunne Pulssisi -koulutukseen osallistunutta terveydenhuollon ammattilaista. Osallistujat olivat Varsinais-Suomen Sydänpiiri ry:n toimialueelta ja heidän yhteystietonsa saatiin Varsinais-Suomen Sydänpiiri ry:ltä. Tunne Pulssisi -koulutukseen osallistujat olivat vapaaehtoisesti antaneet yhteystietonsa sähköpostiosoitteen muodossa erilliselle lomakkeelle, jonka opinnäytetyön tekijät saivat skannattuna omaan sähköpostiosoitteeseensa.

Koulutuksien aikana sähköpostiosoitteensa antoivat 34 henkilöä, joista 30:lle terveydenhuollon ammattilaiselle lähetettiin osallistumiskutsu haastatteluun sähköpostitse. Sähköpostiviestissä kuvailtiin lyhyesti tutkimuksen tarkoitus ja tuotiin esille teemat, joihin haastattelun kysymykset liittyivät.

Ensimmäinen osallistumiskutsu tuotti tulokseksi vain yhden yhteydenoton. Varsinais-Suomen Sydänpiiri ry:n toiminnanjohtajan sekä opinnäytetyön tekijöiden lähettämien muistutussähköpostiviestien avulla saatiin kuitenkin 11 yhteydenottoa ja yhteensä yhteydenottoja tuli 12. Lopulta tutkimukseen halusi osallistua kymmenen terveydenhuollon ammattilaista. Tutkimuksen suunnitelma toteutui tutkittavien määrän osalta.

Haastateltavilta pyydettiin puhelinnumero ja heidän kanssaan sovittiin tarkka haastatteluajankohta. Haastattelut tehtiin kolmen viikon aikana syyskuussa 2013. Puhelinhaastattelut toteutettiin rauhallisessa tilassa, jossa ei ollut paikalla muita kuin opinnäytetyön tekijät. Sähköpostin muodossa lähetetyssä osallistumiskutsussa kerrottiin, että haastateltava ei ole tunnistettavissa vastauksistaan ja hänen kertomiaan tietoja käytetään vain tämän tutkimuksen tekemiseen. Tästä muistutettiin myös puhelun alussa.

Haastattelua puhelimitse tekevä opinnäytetyön tekijä kirjasi vastauksia haastattelukysymyksiin. Puhelinhaastatteluissa pyrittiin pitämään kaiutinta päällä, jolloin



myös haastattelua kuunteleva opinnäytetyön tekijä sai mahdollisuuden kirjoittaa vastauksia ylös. Kaiuttimen päällä pitämiseen pyydettiin haastateltavalta lupa. Tämä lisäsi haastatteluiden vastauksien kirjaamisen luotettavuutta. Puhelun aikana myös tarvittaessa varmistettiin haastateltavalta, että vastaukset oli ymmärretty oikein. Haastatteluiden kesto oli 10-15 minuuttia. Haastattelun jälkeen puhelun aikana saadut tiedot litteroitiin eli kirjattiin välittömästi yhtenäiseksi Word-tiedostoksi.

## 8.2 Menetelmä

Tutkimuksen tekemisessä käytettiin kvalitatiivista eli laadullista tutkimusotetta, koska siinä haluttiin saada uusia näkökulmia tutkittavaan aiheeseen (ks. Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 49-50). Tiedonkeruumenetelmänä käytettiin teemahaastattelua, jossa edettiin tiettyjen etukäteen valittujen teemojen mukaan (ks. Tuomi & Sarajärvi 2009, 74-75). Haastattelutapaa ja -tilannetta pohdittaessa päädyttiin puhelinhaastatteluun, koska haastateltavat asuivat eri paikkakunnilla. Haastatteluiden järjestäminen kasvokkain olisi ollut hankalaa sekä haastateltavien että opinnäytetyön tekijöiden kannalta.

Teemahaastattelussa edetään tutkijan määrittämiä teemoja apuna käyttäen, mutta pyritään vapaamuotoiseen vuorovaikutustilanteeseen. Teemahaastattelussa ei käytetä valmiita vastausvaihtoehtoja ja kysymykset ovat kaikille samat, mutta niiden esittämisestä puuttuu tarkka muoto ja järjestys. Kaikki teema-alueet käydään läpi, mutta jokaisesta haastattelusta muodostuu yksilöllinen. (Aaltola & Valli 2010, 26-29.) Tässä tutkimuksessa käytettiin teemahaastattelun tukena teemahaastattelurunkoa ja tarkentavia lisäkysymyksiä (Liite 1).

## 8.3 Aineiston analyysi

Laadullisen eli kvalitatiivisen tutkimuksen analyysi voi olla haastavampaa kuin määrällisen eli kvantitatiivisen tutkimuksen analyysi. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa seuraava vaihe on yleensä selvillä, mutta kvalitatiivisessa tutkimuksessa

näin ei aina ole. Erilaisista analyysiohjelmista ei kvalitatiivista tutkimusta tehdessä ole samalla tavalla apua, vaan analyysi ja tulkinta jää tutkijan työstettäväksi. Ennen analyysia ja tulkintaa on tutkijan selvítettävä, miksi hän on aineiston kerännyt, mikä on hänen näkökulmansa tutkittavaan aiheeseen ja mihin kysymyksiin haetaan vastauksia. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 131-133; Tuomi & Sarajärvi 2009, 108; Alasuutari 2011, 38-39.)

Puhelinhaastatteluiden avulla kerätty aineisto analysoitiin käyttäen sisällön erittelyä. Sisällönanalyysiä luokitteluineen yritettiin ja sisällön erittely todettiin kuitenkin sopivan paremmaksi analyysimenetelmäksi. Aineistonkeruumenetelmänä oli teemahaastattelu ja haastattelutilanteet muotoutuivat avoimiksi, oli luontevampaa, että tutkimusongelmiin haettiin vastauksia sisällön erittelyllä.

Fenomenologisen sisällön erittelyn avulla aineistosta nostettiin esiin olennainen ja se kuvattiin ja tulkittiin sanallisesti luonnollisella kielellä (ks. Aaltola & Valli 2010, 43-45). Tutkimuksessa käytetty teemahaastattelu ei aina edennyt teemasta teemaan, koska haastatteluista pyrittiin muodostamaan mahdollisimman vapaamuotoisia ja yksilöllisiä vuorovaikutustilanteita. Litteroidut haastattelut luettiin huolellisesti, koska vastaukset kysymyksiin eivät aina löytyneet niille kuuluvan teeman alta.

Litteroidun aineiston analyysissa voi apukeinoina käyttää esimerkiksi muistiinpanojen tekemistä sekä haastattelun tärkeiden kohtien alleviivaamista paperikopioon (Aaltola & Valli 2010, 189-191). Tässä tutkimuksessa opinnäytetyön tekijät tulostivat litteroidut haastattelut ja alleviivasivat erivärisillä kynillä merkittäviä huomioita sekä vastauksia tutkimusongelmiin. Merkitykset listattiin ja jaoteltiin teemahaastattelurungon teemojen alle ja niistä haettiin yhteneväisyyksiä ja eroavaisuuksia. Merkitykset jäsennettiin merkityskokonaisuuksiksi, jotka koottiin yhteen muodostaen yhtenäinen kokonaisuus (ks. Aaltola & Valli 2010, 43-45).

## 9 TUTKIMUSTULOKSET

### 9.1 Haastateltavien taustatiedot

Tutkimuksen puhelinhaastatteluihin osallistui yhteensä kymmenen Tunne Pulssisi -koulutukseen osallistunutta terveydenhuollon ammattilaista. Tutkimukseen osallistuneet olivat iältään 47-79 -vuotiaita naisia. Heidän keski-ikänsä oli 60 vuotta. Haastateltavien ammattinimikkeitä olivat muun muassa perushoitaja, sairaanhoitaja, terveydenhoitaja, kätilö, diabeteshoitaja, sydänhoitaja, työterveyshoitaja, suuhygienisti, sairaanhoidon opettaja sekä erikoislääkäri. Heistä kuusi oli työelämässä ja neljä eläkkeellä. Osa haastateltavista oli hyvinkin aktiivisesti mukana järjestötyössä ja osa oli rivijäseniä.

### 9.2 Terveystenhuollon ammattilaisten kokemuksia Tunne Pulssisi -koulutuksen sisällöstä

Kuusi haastateltavaa koki, että koulutuksen sisältö vastasi odotuksia. Neljällä ei ollut ennako-odotuksia koulutuksen sisällön suhteen. Koulutukseen osallistumisen syy vaihteli osallistujilla. Syyksi osallistumiselle haastateltavat mainitsivat oman tiedon ja ammattitaidon kartuttamisen lisäksi myös ”puhtaan mielenkiinnon” ja ”omien tietojen tarkistamisen”. Ammattinimikkeestä, työnkuvasta, taustatiedoista ja osallistumisesta riippumatta kaikki haastateltavat kokivat koulutuksen sisällön monipuoliseksi kokonaisuudeksi.

Tunne Pulssisi -koulutuksen aihe oli kaikille haastateltaville tuttu sekä heidän oman ammatillisen koulutuksen, ammattitaidon että työkokemuksen kautta. Haastateltavista yhdeksän koki koulutuksen sisällön tuovan tietoa, joka syvensi jo aikaisempaa tietopohjaa. Tiedon kertaus koettiin hyödylliseksi.

Aina jotain oppii ihminen, vaikka kuulisi kymmenennen kerran jonkun asian. Eri ihmisen suusta ja vähän eri menetelmin.

Tunne Pulssisi -koulutuksen sisältö palveli koulutukseen osallistuneita. Sen sisältö lisäsi erityisesti haastateltavien halua levittää tietoa, jota yksi haastateltu

kuvaili sanalla ”ilosanoma”. Yhdeksän haastateltavaa painotti tiedon levittämisen merkitystä ja viisi heistä nosti esiin ennaltaehkäisevän hoitotyön merkittävyyden. Eräs haastateltava kuvaili varhaisen puuttumisen olevan ”elämää pidentävää”.

### 9.3 Terveysthuollon ammattilaisten kokemuksia Tunne Pulssisi -koulutuksessa käytetyistä opetusmenetelmistä

Yhdeksän haastateltavaa koki toiminnallisuuden tehokkaimmaksi opetusmenetelmäksi Tunne Pulssisi -koulutuksessa. Sydämen rytmien tunnustelua pulssikädestä kuvailtiin muun muassa ”viimeisenä silauksena”, ”koulutuksen parhaana antina”, ”valaisevana menetelmänä oppia”, ”tiedon täydentäjänä” ja ”oman osaamisen varmistajana”. Toiminnallinen osuus koulutuksessa koettiin ”mielenkiintoisena”, ”havainnollistavana”, ”käytännönläheisenä” ja ”konkreettisena” opetusmenetelmänä.

Kuusi haastateltavaa kuvaili luentojen asiasisällön monipuoliseksi ja teoriapaketin sekä koulutuksesta saadun materiaalin jatkossakin hyödylliseksi. Koulutuksen pienehköt ryhmäkoot ja vapaa tunnelma mainittiin yhdeksi oppimista edistäväksi tekijäksi. Vaikka toiminnallinen osuus koulutuksessa koettiin Tunne Pulssisi -koulutuksen tehokkaimpana opetusmenetelmänä, kuusi haastateltavaa painotti koulutuksessa käytettävien opetusmenetelmien täydentävän toisiaan muodostaen hyvän kokonaisuuden. Haasteltavat totesivat, että ”eri menetelmät tukivat toisiaan”, ”teoria yhdistettynä käytäntöön oli hyvä ja monipuolinen kokonaisuus” ja ”menetelmiä oli monenlaiselle oppijalle”.

### 9.4 Tunne Pulssisi -koulutuksien vaikutus terveydenhuollon ammattilaisten potilasohjausvalmiuksiin

Seitsemän haastateltavan mielestä heidän potilasohjausvalmiutensa olivat vahvistuneet Tunne Pulssisi -koulutuksen myötä. Yksi haastateltava koki, että hä-

nen potilasohjausvalmiutensa olisivat vahvistuneet, jos hän olisi vielä työelämässä.

Neljä haastateltavaa kuvaili potilasohjaustapansa selkiytyneen ja taitonsa pelkistää tiedon helposti ymmärrettäväksi maallikoille kasvaneen. Myös Tunne Pulssisi –koulutuksesta saadun kirjallisen ja sähköisen materiaalin koettiin vahvistavan potilasohjausvalmiuksia.

Ja sitten mikä meillä ammatti-ihmisillä on usein riesana, että me tiedetään paljon, ja ettei me osata pelkistää.

Kaksi haastateltavaa koki, että heidän potilasohjausvalmiutensa eivät enää vahvistuneet, koska koulutuksessa opitut asiat olivat jo ennestään niin tuttuja ammatillisen koulutuksen ja työkokemuksen kautta.

Eräs Tunne Pulssisi -koulutukseen osallistuneista haastateltavista pohti maallikoiden motivaation määrää. Motivaatiota voi olla vaikea löytää, jos tuntee itsensä hyvinvoivaksi.

Kuinka motivoituneita ihmiset loppujen lopuksi ovat? Riittääkö motivaatio päivittäiseen pulssin tunnusteluun ja sen kirjaamiseen ylös niin kauan kuin itsensä tuntee hyvävointiseksi?

## 9.5 Terveystieteiden ammattilaisten kokema hyöty Tunne Pulssisi -koulutuksesta

Suurin osa, kahdeksan kymmenestä haastatellusta, kertoi jakavansa koulutuksesta saamaansa tietoa aktiivisesti. Tietoa on jaettu monin eri tavoin ja monenlaisissa ympäristöissä.

Kolme haastateltavaa mainitsi opettaneensa pulssin tunnustelua konkreettisesti ja yksi kertoi alkaneensa tunnustelemaan omaa pulssiaan. Kuusi haastateltavaa kertoi jakavansa tietoa omaisilleen tai tuttava- ja ystäväpiirilleen, esimerkiksi kertoen asian tärkeydestä ja kehottaen heitä tunnustelemaan omaa pulssiaan. Yksi haastateltavista kertoi löytäneensä eteisvärinän naapuriltaan ja ohjanneensa hänet hoitoon, toinen oli tuonut sydän- ja aivoterveiden esiin kampa-

jakäynnillä. Tietoa on siis jaettu hyvinkin erilaisissa sosiaalisissa vuorovaikutus-tilanteissa.

Koulutuksen tuomaa tietoa on levitetty niin käytännön hoitotyössä, opetustyössä kuin järjestötoiminnassakin. Kaikki työelämässä olevat haastateltavat olivat hyödyntäneet koulutuksen antia omassa työssään muun muassa jakamalla sitä kollegoilleen, oppilailleen tai potilailleen.

Ei pidä olettaa, että jos ihmisellä on jokin terveysalan koulutus, että se välttämättä tämän asian on sisäistänyt.

Viisi haastateltavista mainitsi hyötyvänsä koulutuksesta nimenomaan ennaltaehkäisevässä mielessä. He kuvailivat työtapaansa ”ennaltaehkäisevää hoitotyötä painottavaksi” ja kertoivat olevansa ”ennaltaehkäisevän hoitotyön kannattajia”.

Suurin osa haastateltavista koki hyötyvänsä Tunne Pulssisi -koulutuksen annista tiedon jakamisessa. Kaikki haastateltavat kokivat aiheen tärkeäksi ja ajankohtaiseksi. Ihmisten mielenkiinnon herättäminen koettiin erityisen tarpeelliseksi.

Kolme haastateltavaa pohti onko teknologia mahdollisesti vähentänyt pulssin tunnustelua, jonka pitäisi kuulua hoitorutiineihin. Yksi haastateltava mietti hallitsevatkohan kaikki valmistuvat hoitajat enää lainkaan manuaalista verenpaineen mittausta ja pulssin tunnustelua. Toinen arveli pulssin tunnustelun jääneen pois päivittäisistä hoitorutiineista 90-luvulla.

Tunne Pulssisi -koulutukseen osallistuneiden haastatteluissa nostettiin esille, että terveydenhuollon ammattilaisten on tärkeää pitää tietonsa ajan tasalla osallistumalla esimerkiksi Tunne Pulssisi -koulutuksen kaltaisiin täydennyskoulutuksiin. Yksi haastateltavista koki täydennyskoulutukset hyödyllisenä niin ammattitaidon ylläpitämisen kuin työn mielekkyyden lisäämisenkin kannalta.

Tunne Pulssisi -hanke on ollut esillä mediassa ja tätä pidettiin haastatteluiden perusteella hyvänä asiana. Yksi haastateltavista kuitenkin koki, että asia ei ole ollut tarpeeksi esillä ja hankkeesta tulisi tiedottaa maallikoille vielä enemmän. Hänen mielestään tv-mainonta voisi saavuttaa kohderyhmän huomion.

## 9.6 Tunne Pulssisi -koulutuksen tuoman tiedon hyödyntäminen käytännön hoitotyössä

Neljä haastateltavaa kertoi vievänsä Tunne Pulssisi -koulutuksessa saamaansa tietoa eteenpäin käytännön hoitotyössä. Kaksi heistä kertoi käyttävänsä koulutuksesta saamaansa materiaalia työpaikallaan asiakkaiden ja potilaiden ohjauksessa. Yksi haastateltava toi esiin koulutuksessa saadun tiedon jakamisen tärkeyden opiskelijaohjauksessa vuodeosastolla. Eräs haastateltava koki hyödylliseksi ihmisten herättelyn hoitamattoman eteisvärinän vakavuudella.

Kukaanhan ei halua saada aivohalvausta.

Haastatteluista tuli esille, että useimmat haastateltavat olivat tehneet paljon ennaltaehkäisevää työtä, jopa tietämättään. Ainoastaan kahdelle haastateltavalle uudempaa tietona tuli eteisvärinän selkeä yhteys aivoterveeseen.

Käytännön hoitotyötä tekevät haastateltavat pohtivat, että ennaltaehkäisevää työtä on vaikea toteuttaa esimerkiksi hektisillä ja akuuteilla vuodeosastoilla. Kolmen haastateltavan mielestä ajanpuute on ongelma ja rajaa mahdollisuuksia ennaltaehkäisevään potilasohjaukseen. Yksi haastateltavista toi myös esiin, että hänen mielestään pulssin tunnustelun tärkeyden ymmärtämisessä on puutteita terveydenhuollon ammattilaisten keskuudessa.

Pulssin tunnustelu on tärkeä ja helppo taito.

Pulssin tunnustelun pitäisi kuulua kansalaistaitoihin.

Kun ihmiset on saatu innostumaan pulssin tunnustelusta, korostetaan säännöllisyyden merkitystä.

## 10 POHDINTA

### 10.1 Luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuudelle on olennaista puolueettomuus. Tutkijan omien mielipiteiden sekä esimerkiksi iän, sukupuolen ja aseman ei tulisi vaikuttaa tutkittavan kuulemiseen ja ymmärtämiseen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 135-136.)

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa ei voida seurata yksiselitteisiä ohjeita. Tutkimusta tulee arvioida kokonaisuutena. Kokonaisuuteen vaikuttavat tutkimuksen kohde ja tarkoitus, tutkijan sitoutuminen tutkimukseen, aineistonkeruumenetelmä, tutkittavat, tutkijan ja tutkittavien suhde, tutkimuksen aikataulu, aineiston analysointi ja raportointi sekä tutkimuksen eettisyys. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 140-141.)

Tässä tutkimuksessa on kuvattu mitä opinnäytetyön tekijät ovat tutkineet ja miksi. Tutkimuksen aikataulu on toteutunut alkuperäisen opinnäytetyösuunnitelman mukaan. Aineistonkeruumenetelmä ja aineiston analyysi on kuvailtu mahdollisimman yksityiskohtaisesti. Yhteydenpito tutkimuksen tiedonantajiin eli haastateltaviin toteutui luottamuksellisesti eikä haastateltavien henkilöllisyys paljastunut tutkimuksessa. Tutkimustulokset on kuvailtu ymmärrettävästi ja mahdollisimman tarkasti, jotta tutkimuksen raportointi olisi luotettavaa ja tutkimuksen lukija saa riittävästi tietoa arvioidakseen tutkimuksen tuloksia.

### 10.2 Eettisyys

Tutkimuksen mahdolliset eettisyys- ja luotettavuusongelmat liittyvät aineiston analysointiin, haastateltavien henkilöllisyystietojen salassapitoon, aineiston säilyttämiseen sekä aineiston hävittämiseen. Hyvän tieteellisen käytännön noudattaminen on tärkeää tutkimuksen uskottavuuden ja luotettavuuden kannalta. (Kuula 2011, 34-35, 214, 241.) Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu olennaisena osana rehellisyys ja huolellisuus muun muassa tutkimustulosten tallenta-



misessa ja arvioinnissa. Tutkimuksen tekemisessä käytettiin eettisesti kestäviä menetelmiä, ja muiden tutkijoiden työt ja saavutukset otettiin huomioon asianmukaisin lähdemerkinnöin. Tutkimukseen tarvittavat luvat hankittiin ja tutkimus suunniteltiin, toteutettiin ja raportoitiin asetettujen vaatimusten edellyttämällä tavalla. (ks. Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012.)

Tutkimuksessa haastateltavien osallistuminen oli vapaaehtoista ja perustui riittävään tietoon (ks. Kuula 2011, 231). Haastateltavien henkilöllisyyttä suojattiin, eivätkä he ole tunnistettavissa esimerkiksi suorien lainausten perusteella. Alkuperäislainaukset murreilmaisuihin on muokattu puhekielelle. (ks. Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 198.) Haastatteluista kerättyä tutkimusaineistoa käytettiin vain tässä tutkimuksessa ja sitä käsittelivät vain opinnäytetyön tekijät. Aineiston hävittämisestä huolehdittiin asianmukaisesti.

Opinnäytetyön tekijät sitoutuivat ja noudattivat tutkimuseettisiä käytäntöjä.

### 10.3 Tulosten tarkastelu

Tutkimuksen tarkoituksena oli kartoittaa terveydenhuollon ammattilaisten kokemuksia Tunne Pulssisi -koulutuksesta. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää Tunne Pulssisi -koulutukseen osallistuneiden kokemuksia koulutuksen sisällöstä, käytetyistä opetusmenetelmistä sekä koulutuksen tuomasta hyödyistä. Tavoitteena oli myös saada selville ovatko koulutukseen osallistuneiden potilasohjausvalmiudet vahvistuneet ja kuinka he käyttävät saamaansa tietoa käytännön hoitotyössä.

Aineisto saatiin haastatteleamalla kymmentä Tunne Pulssisi -koulutukseen osallistunutta terveydenhuollon ammattilaista. Koulutuksen aihe oli tuttu kaikille haastateltaville heidän koulutuksensa ja työkokemuksensa kautta. Kaikki haastateltavat kokivat Tunne Pulssisi -koulutuksen sisällöltään monipuoliseksi kokonaisuudeksi. Koulutuksessa käytetyt opetusmenetelmät täydensivät toisiaan, mutta sydämen eri rytmien tunnustelu pulssikädestä koettiin ehdottomasti tehokkaimmaksi tavaksi oppia. Käytännönläheinen opetusmenetelmä osoittautui monipuoliseksi ja tehokkaaksi opetusmenetelmäksi myös aikaisemmassa tutki-

muksessa koskien sairaanhoitajien kokemuksia täydennyskoulutuksista (Toivonen ym. 2012).

Suurin osa haastateltavista koki, että heidän potilasohjausvalmiutensa olivat vahvistuneet koulutuksen myötä. Koulutus syvensi heille jo ennestään tuttua tietoa ja samalla selkeytti heidän tapaansa ohjata potilaita ja asiakkaita. Pelkistäminen koettiin tärkeäksi taidoksi tiedon levittämisessä ja potilasohjauksessa. Aikaisempikin tutkimus täydennyskoulutuksista painotti, että täydennyskoulutuksiin osallistuneet sairaanhoitajat kokivat saaneensa työhönsä uudenlaista sisältöä, joka vahvisti heidän ammatillista osaamistaan potilaan hoidon ja edun näkökulmasta (Jyrkinen 2010).

Haastateltavat kokivat, että pulssin tunnustelu on jäänyt pois päivittäisistä hoitorutiineista. Tämä epäkohta tuli esiin myös vuonna 2012 tehdyssä kyselyssä (Tunne Pulssisi 2013), jonka mukaan kyselyyn osallistuneet terveydenhuollon ammattilaiset mittaavat sykkeen useimmiten elektronisen verenpainemittarin avulla. Esteenä pulssin käsin tunnustelulle olivat kyselyn mukaan niin taidon ja tiedon puute kuin jatkuva kiirekin.

Suurin osa haastateltavista koki Tunne Pulssisi -koulutuksesta saamansa tiedon levittämisen merkityksen erityisen tärkeänä. Kahdeksan kymmenestä haastateltavasta kertoi jakavansa tietoa aktiivisesti työelämässä tai vapaa-ajalla. Eteisvärinän varhainen tunnistaminen ja ennaltaehkäisy nousivat selkeästi esiin niin hoitohenkilöstön haastatteluissa kuin aikaisemmin esitellyissä tutkimuksissakin (esim. Bloie 2011; Lowres ym. 2012).

Tunne Pulssisi -hanke sekä sydän- ja aivoterveys ovat olleet runsaasti esillä mediassa keväällä ja syksyllä 2013. Sydän- ja aivoterveystiedosta, eteisvärinän varhaisesta tunnistamisesta ja pulssin tunnustelusta on tiedotettu muun muassa televisiossa, radiossa ja sanomalehdissä. Myös Tunne Pulssisi -koulutukseen osallistuneet kokivat ihmisten mielenkiinnon herättämisen tarpeelliseksi. Koulutus lisäsi heidän valmiuksiaan tietoisuuden levittämiseen, jotta pulssin tunnustelusta muodostuisi kansalaistaito.

Eteisvärinän varhaisen tunnistamisen tärkeyden huomiointi on nähtävillä myös kansainvälisesti. Ennaltaehkäisevään hoitotyöhön on panostettu esimerkiksi Australiassa, jossa tavoitteena oli toteuttaa apteekeissa järjestettäviä seulontoja eteisvärinän riskiryhmään kuuluville (Lowres ym. 2012). Yhdysvalloissa sen sijaan järjestettiin 14.9.2013 World Atrial Fibrillation Awareness Day eli teemapäivä, jonka tarkoituksena oli lisätä ihmisten tietoisuutta eteisvärinästä.

Tämän tutkimuksen tulosten perusteella Tunne Pulssisi -koulutus on saanut positiivisen vastaanoton terveydenhuollon ammattilaisilta. Tutkimukseen osallistuneet hyödyntävät koulutuksen tuomaa tietoa ja taitoa monipuolisesti. Kun tietoa levitetään maallikkotasolle terveydenhuollon ammattilaisten toimesta, voi koulutuksen ydinsanoma saavuttaa hyvinkin laajan ihmisryhmän.

Tämän tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää arvioitaessa kuinka terveydenhuollon ammattilaiset kokevat täydennyskoulutuksen, millä eri tavoin he voivat siitä hyötyä ja kuinka tärkeänä he kokevat primaariprevention. Tuloksia voidaan hyödyntää myös suunniteltaessa vastaavanlaisia koulutuksia terveydenhuollon ammattilaisille.

Aikaisemmassa tutkimuksessa tuli esiin, että varsinkin aktiivista elämää viettävät yli 75-vuotiaat olivat motivoituneita pulssin tunnusteluun (Virtanen ym. 2013). Jatkotutkimuksena olisi mielenkiintoista lähestyä aihetta vielä uudemman kerran eteisvärinän riskiryhmän eli yli 60-vuotiaiden näkökulmasta. Kuinka he ovat kokeneet Tunne Pulssisi -hankkeen ja terveydenhuollon ammattilaisten suositteleman säännöllisen pulssin tunnustelun? Pulssin tunnustelun tarkoituksena on eteisvärinän varhainen tunnistaminen ja aivoinfarktin ennaltaehkäisy, mutta välittykö primaariprevention näkökulma maallikoille? Osaavatko kaikki suhtautua asiaan rauhallisesti ymmärtäen, että tarkoituksena ei ole pelottelu vaan terveyden ja hyvinvoinnin ylläpitäminen? Osaavatko he erottaa pulssin normaalit epäsäännöllisyydet poikkeavista epäsäännöllisyyksistä?

Tällä hetkellä eteisvärinä saattaa olla yleisin yksittäinen diagnoosi sairaaloiden päivystyspoliklinikoilla (Lehto ym. 2011). Jatkossa olisikin mielenkiintoista tutkia,

onko pulssin päivittäinen tunnustelu lisännyt yli 60-vuotiaiden hakeutumista päivystykselliseen hoitoon itse havaitun pulssin epäsäännöllisyyden takia.

Nähtäväksi jää kuinka Tunne Pulssisi –koulutus, terveydenhuollon ammattilaisten lisääntynyt tieto ja tiedon eteenpäin vieminen maallikkotasolle vaikuttavat eteisvärinän varhaiseen tunnistamiseen, hoidon aloitukseen ja aivoinfarktin ennaltaehkäisyyn.

## 11 JOHTOPÄÄTÖKSET

1. Terveysthuollon ammattilaiset kokivat Tunne Pulssisi -koulutuksen sisällöltään monipuoliseksi kokonaisuudeksi, joka syvensi heidän aikaisempaa ammatillista osaamistaan. He kokivat Tunne Pulssisi -koulutuksen tuoman tiedon sydän- ja aivoterveystä tärkeänä ja saivat koulutuksesta lisää valmiuksia ennaltaehkäisevän hoitotyön toteuttamiseen.
2. Tunne Pulssisi -koulutuksessa käytetyt opetusmenetelmät täydensivät toisiaan, mutta sydämen rytmien tunnistelu pulssikädestä koettiin tehokkaimmaksi menetelmäksi. Terveysthuollon ammattilaiset kokivat toiminnallisen osuuden koulutuksessa mielenkiintoisena, havainnollistavana ja käytännönläheisenä.
3. Terveysthuollon ammattilaiset korostivat primaariprevention merkitystä, kun kyseessä on pulssin säännöllinen tunnistelu, eteisvärinän varhainen tunnistaminen ja aivoinfarktin ennaltaehkäisy.
4. Jatkossa aihetta voitaisiin lähestyä eteisvärinän riskiryhmän eli yli 60-vuotiaiden näkökulmasta. Lisäksi olisi mielenkiintoista tutkia onko hoitoon hakeutuminen itse havaitun pulssin epäsäännöllisyyden takia lisääntynyt.

## LÄHTEET

- Aaltola, J. & Valli, R. toim. PS-kustannus. 2010. Ikkunoita tutkimusmetodeihin I, Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Juva: WS Bookwell Oy.
- Aaltola, J. & Valli, R. toim. PS-kustannus. 2010. Ikkunoita tutkimusmetodeihin II, Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Juva: WS Bookwell Oy.
- Alasuutari, P. 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. Tampere: Osuuskunta Vastapaino.
- Berry, E. & Padgett, H. 2012. Management of patients with atrial fibrillation: diagnosis and treatment. Nursing Standard. Vol. 26, No 22, 47-56.
- Bloe C. 2011. Atrial fibrillation and primary stroke prevention. Nursing Standard. Vol. 26, No 6, 49-57.
- Heikkilä, J.; Kupari, M. & Airaksinen, J. toim. 2008. Duodecim. Kardiologia. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino.
- InnoHealth 2013. Viitattu 03.04.2013  
<http://www.innohealth.fi/>>InnoHealth>InnoHealth-esite
- Jyrkinen, H. 2010. Perioperatiivisen hoitotyön lisäkoulutuksen arvioita – haastattelututkimus sairaanhoitajille. Pro gradu-tutkielma. Kuopio: Itä-Suomen yliopisto.
- Kankkunen, K. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2009. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: WSOYpro
- Kankkunen, K. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: SanomaPro
- Koskenvuo, M. & Mattila, K. 2009. Sairauksien ehkäisy. Terveiden edistämisen ja sairauksien ehkäisyn periaatteet. Viitattu 29.01.2013  
[http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=seh00001](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=seh00001)
- Kuula, A. 2011. Tutkimusetiikka – Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Osuuskunta Vastapaino.
- Käypähoito 2013. Eteisvärinä. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Kardiologisen Seuran asettama työryhmä. 2012. Viitattu 29.03.2013  
<http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/naytaartikkeli/.../hoi50036>
- Lehto, M.; Raatikainen, P.; Mäkynen, H.; Peipponen, M.; Kyhälä-Valtonen, H.; Hartikainen, J.; Lund, J.; Ahonen, J. & Mäkijärvi, M. 2011. Eteisvärinän hoito Suomessa- FinFib-tutkimus. Suomen Lääkärilehti. Vol. 66, No 45, 3401-3407a.
- Lowres, N.; Freedman, S.; Redfern, J.; McLachlan, A.; Krass, I.; Bennett, A.; Briffa, T.; Bauman, A. & Neubeck, L. 2012. Screening Education And Recognition in Community Pharmacies of Atrial Fibrillation to prevent stroke in an ambulant population aged ≥65 years (SEARCH-AF stroke prevention study): a cross-sectional study protocol. BMJ Open;2:e001355. doi:10.1136/bmjopen-2012-001355.
- Mäkijärvi, M.; Kerttunen, R.; Kivelä, A.; Parikka, H. & Yli-Mäyry, S. toim. 2011. Duodecim. Sydän-sairaudet. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy.
- Raatikainen, P. toim. 2013. Suomen Sydänliitto ry. Eteisvärinä. Sydänliiton julkaisuja. Helsinki: Kyriiri Oy.

Salminen, H. & Miettinen, M. 2012. Ammattilisen osaamisen kehittäminen- ikääntyvien ja nuorien hoitajien näkökulma. Tutkiva hoitotyö. Vol.10, No 1, 4-11.

Suomen Sydänliitto ry 2013. Viitattu 24.10.2013  
<http://www.sydanliitto.fi>>Etusivu>Sydänliitto

Suomen Sydänliitto ry 2013. Suomen Sydänliiton toimintakertomus vuonna 2012. Viitattu 17.01.2013  
<http://verkkojulkaisu.viivamedia.fi/sydanliitto/toimintakertomus2011>

Suomen Sydänliitto ry 2013. Tunne Pulssisi –hanke. Viitattu 17.1.2013  
<http://www.sydanliitto.fi>>Etusivu>Oikopolut>Tunne Pulssisi>Tunne Pulssisi –hanke

Toivanen, S.; Turunen, H.; Paakkonen, H. & Tossavainen, K. 2012. Potilassimulaatio somaattisten hätätilanteiden opetusmenetelmänä- psykiatristen sairaanhoitajien kokemuksia täydennyskoulutuksesta. Tutkiva hoitotyö. Vol. 10, No 2, 16-23.

Tunne Pulssisi 2013. Viitattu 28.9.2013  
<http://www.tunnepulssisi.fi>>Etusivu>Ammattilaisille>Koulutus

Tunne Pulssisi 2013. Viitattu 28.9.2013  
<http://www.tunnepulssisi.fi>>Etusivu>Medialle>Tunne Pulssisi –hanke

Tunne Pulssisi 2013. Viitattu 23.10.2013  
<http://www.tunnepulssisi.fi>>Etusivu>Medialle>Tiedote: Pulssin tunnustelun taito on unohtumassa

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Tuominen, P.; Savola, E. & Koskinen-Ollonqvist, P. 2005. Terveiden edistämisen avainsisällöt kansalaisjärjestöjen terveyden edistämisen koulutuksen tukemiseen. Terveiden edistämisen keskuksen julkaisuja 5.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Viitattu 03.04.2013  
<http://www.tenk.fi/>>Ohjeet ja julkaisut

Varsinais-Suomen Sydänpiiri 2013. Viitattu 14.10.2013  
<http://www.varsinaissuomensydanpiiri.fi>>Etusivu

Varsinais-Suomen Sydänpiiri 2013. Varsinais-Suomen Sydänpiirin toimintasuunnitelma 2012. Viitattu 17.01.2013  
<http://www.varsinaissuomensydanpiiri.fi/ajankohtaista>

Virtanen, R.; Kryssi, V.; Vasankari, T.; Salminen, M.; Kivelä, S-L. & Airaksinen, J. 2013. Self-detection of atrial fibrillation in an aged population – The LietoAF Study. European Journal of Preventive Cardiology.

## **Teemahaastattelurunko ja tarkentavat lisäkysymykset**

### **1. Tunne Pulssisi -koulutuksen sisältö**

Kuvailisitko Tunne Pulssisi -koulutuksen sisältöä?

Minkälaisena sen koit?

Vastasiko koulutus odotuksiasi?

### **2. Tunne Pulssisi -koulutuksessa käytetyt opetusmenetelmät**

Minkälaisia menetelmiä koulutuksessa käytettiin?

Luennot?

Toiminnallisuus?

Itseopiskelu?

Koulutusmateriaali?

Minkä menetelmän koit juuri itsellesi mielekkäimmäksi ja tehokkaimmaksi?

### **3. Koulutuksessa saadut valmiudet potilasohjaukseen**

Koetko, että valmiutesi potilasohjaukseen ovat vahvistuneet koulutuksen myötä?

Miten?

### **4. Koulutuksen annin hyödyntäminen käytännössä**

Miten koet hyötyneesi koulutuksesta?

Koetko, että voit hyödyntää koulutuksen antia käytännössä?

Omalla työpaikalla?

Järjestötyössä?

Tiedon jakamisessa kollegoille?

Tiedon jakamisessa vapaa-ajalla muun muassa omaisille ja tuttaville?